

1971 年 8 月 7 日 第三種郵便認可（毎月 6 回 1 の日・6 の日発行）

2025 年 5 月 16 日 発行 SSKA 増刊通巻 第 11512 号

**SSKA**

全国パーキンソン病友の会 会報  
岩手県支部だより

**陽光**

**第 116 号**



一般社団法人全国パーキンソン病友の会／岩手県支部  
〒028-5403 岩手県岩手郡葛巻町江刈 5-39-2  
TEL 080-8086-2746  
郵便振替番号 02260-8-52118

# 目 次

巻頭言	支部長	2
令和7年度全国パーキンソン病友の会岩手県支部定期総会報告	支部長	3
令和7年度全国パーキンソン病友の会岩手県支部主催講演会	支部長	4～5
岩手県支部会報原稿募集	支部長	5
北海道・東北ブロック交流集会の案内	支部長	6
病歴 15 年、友の会入会7年	副支部長	6～7
パーキンソン病と共に生きる	佐々木定則	7
昭和の百年自分史	小笠原 稔	8
趣味を生かしながら前向きに	伊藤よし子	9
母がパーキンソン病と認定を受けて6年目の出来事	千葉リカ	10～11
山菜採りは元気の源	舘市鉄男	11
介護はゆとりで	中屋落實	11～12
各地区活動(交流会)報告		13～17
事務局通信		18
編集後記		19
通信用		20

## 表紙の言葉

私が5年前に杖をついてやっとの思いで岩手県に戻ってきて、「歩けるようになりたい」と強く思い、散歩を毎日続け、半年後には杖を使わずに5,000歩歩けるようになり、また、車も運転できるようになりました。最初に遠出した岩泉の「龍泉洞」です。神秘的な景色をみて、感動したことを今でも覚えています。

**「努力は必ず報われる。ただし、報われるまで努力を続けた者だけが。」**

表紙／端坂則喜  
裏表紙／佐藤かづ子  
本文写真・イラスト／フリー素材

## 趣味を生かしながら前向きに

県南地区 伊藤よし子

パーキンソン病と診断されてから、ちょうど10年になりました。

私の今の治療は、一日6回のスタレボ錠の服用と、一日1回のゾニサミド錠とアジレクト錠の服用とハルピテープを使用しています。

それに、週一度のリハビリ訪問治療を受けており、それらの治療のお陰で、発症から10年もの長い間、進行を抑えることができております。

このように変わらない日々を送ることができるのは、薬の効果は当然ですが、家庭菜園を趣味として身体を動かしていることが、リハビリと同じ効果をもたらしているのではないかと考えております。今は、ナス、キュウリ、夕顔、里芋、サツマイモなどの夏野菜の植え付けに忙しい毎日です。



そして、私にはもうひとつの趣味があります。それは、30年近く続けている押し花です。今の時期は春の様々な花が咲き乱れて押し花の素材に恵まれております。次の作品を楽しみに、野山に出かけては花を摘み取るこの頃です。



「病は気から」とよく言われますが、これからも趣味を生かしながら落ち込まないように前向きに日々を過ごしたいと思います。



1971 年 8 月 7 日 第三種郵便認可（毎月 6 回 1 の日・6 の日発行）  
2025 年 5 月 16 日 発行 S S K A 増刊通巻 第 11512 号



編集人 一般社団法人全国パーキンソン病友の会／岩手県支部  
〒028-5403 岩手県岩手郡葛巻町江刈 5-39-2  
TEL 080-8086-2746  
振替番号 02260-8-52118

発行人 特定非営利活動法人 障害者団体定期刊行物協会  
〒157-0073 東京都世田谷区祖師谷 3-1-17  
ヴェルドゥーラ祖師谷 102  
TEL 03-6277-9611

頒価 400 円